

### 静岡県産茶葉（リーフ茶）等の配布について

静岡県では、「小中学校の児童生徒の静岡茶の愛飲の促進に関する条例」に基づき、小中学校において静岡茶を飲む機会及び静岡茶の食育の機会を確保することにより、児童生徒の静岡茶の愛飲を促進するため、茶業関係者と連携して推進を図っています。

長引く新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う影響の中、国は生産者等の販路多様化等を促進することを目的に国庫補助事業を創設しました。

この度、**国庫補助事業を活用して、JA静岡経済連や農協、茶業関係団体等から**、児童生徒の静岡茶に関する理解や知識を深め、学校や家庭における愛飲の推進及び定着につなげることができるよう静岡茶を提供していただきましたので配布します。

つきましては、給食時間や休み時間などに飲用できるように、水筒にお茶を入れて持参していただきますよう、御協力をお願いいたします。

#### 【おいしいお茶の淹れ方】

目安よりも少し多く入れるのが、簡単においしくいれるコツかな。

##### ① 茶わんにお湯を入れる

人数分の茶わんに、一度沸かしたお湯を入れま  
す。茶わんを温め、お茶をいれるのに適した温度  
までお湯を冷ますためです。  
お茶はお湯が熱いと苦味が、冷めると甘みが  
出るので、新茶などのさわやかな香りやうまみを  
楽しみたい場合は70℃以下のぬるいお湯、強い  
香りと渋味がほしいときは、少し熱めのお湯が  
いいでしょう。



##### ② お茶葉を急須に入れる

分量は1人がティースプーン1杯(2~3g)くら  
いが目安です。1人分だけいれる場合は、少し多  
めにティースプーン1杯半(5g)くらいがいいでし  
ょう。



##### ③ 冷ましたお湯を急須に入れる

茶わんの中で冷ましたお湯を、急須にうつしま  
す。葉が開くまで、1分ほど(深むし煎茶だと30秒  
ほど)待ちます。



##### ④ 茶わんに順番につぐ

濃さが同じになるように、少しずつ回しつぎ、  
最後の1滴までしぼりきります。



これからの季節にピッタリ!

手軽でおいしい

## 「茶葉で作る冷茶」の淹れ方



緑茶は低温でじっくり出したり、急速に冷却したりすることにより、甘み成分のテアニンやビタミンCが壊れずに残っているため、まろやかで深みのある、旨味たっぷりの冷たいお茶になります。

また、冷茶にすると、色の变化も少なく、緑の鮮やかな色が長時間保たれます。

毎日の水筒に入れ、水分補給に利用してみたいかがでしょうか。



《用意する物》

- 茶葉
- 冷茶ポット
- お茶パック
- 水



茶葉の量は、水 1 リットル  
に対して 10~15g 程度。

2 リットルの冷茶ポットに  
30g の茶葉を使用しました。

①



お茶パックに、茶葉を入れます。

(お茶パックにゆとりがある方が、お茶がよく出ます。分量の茶葉を分割してパックに詰めてもよいでしょう。)

②



冷茶ポットに、お茶パックを入れ、水を注ぎます。

③



冷蔵庫で冷やして、じっくり待ちます。

(3 時間以上。夜作っておけば、翌朝には冷茶が出来上がります。)

④



出来上がりです。

薄いと感じるときはポットの中を箸等でやさしくかき混ぜるか、ポットを上下返してください。